

# รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานโดยใช้ป้องกัน

จรรยาชีวิต ๗ สี

ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตงประจำปี ๒๕๖๒



ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตงกลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลยะลา

## แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้นำเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อโครงการ โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานโดยใช้ปิงปองจรรยาชีวิต ๗ สี  
ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง ประจำปี ๒๕๖๒

### หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ปัจจุบันโรคเรื้อรังถือเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย การส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ยังไม่สามารถควบคุมโรคได้ดีเท่าที่ควร โดยเฉพาะโรคเบาหวานที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ทั้งในประชากรทั่วโลก รวมถึงประเทศไทย ข้อมูลล่าสุดจากการสำรวจสุขภาพคนไทยครั้งที่ ๕ ปี พ.ศ. ๒๕๕๗ พบความชุกของโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๘.๙ หรือมีจำนวนผู้ป่วยเบาหวานประมาณ ๕ ล้านคน โดยที่การควบคุมหรือป้องกันของโรคเบาหวานหรือการรักษาของผู้ป่วยเบาหวานไม่สามารถทำได้เป็นผลสำเร็จ เนื่องจากการขาดความร่วมมือ การปฏิเสธการตรวจติดตาม การรับประทานยาไม่ต่อเนื่อง ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดภาวะแทรกซ้อนทางตา ไต เท้า หลอดเลือดสมอง และหลอดเลือดหัวใจตามมา

จากฐานข้อมูลHDC(Health Data Center: ระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ) สสจ.ยะลา ปี๒๕๖๒ ผู้ป่วยเบาหวานในจังหวัดยะลามีจำนวน ๑๓,๗๗๐ คน ควบคุมโรคได้ ๓,๗๒๕ คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๐๕ ซึ่งอำเภอเมืองยะลา มีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน ๕,๒๑๕ คน ควบคุมโรคได้ จำนวน ๑,๐๔๒ คนคิดเป็นร้อยละ ๑๙.๙๘

จากผลการดำเนินงานที่ผ่านมา เขตเทศบาลนครยะลามีผู้ป่วยเบาหวานทั้งสิ้น ๒,๕๑๘ ควบคุมโรคได้ จำนวน ๔๙๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๙.๖๖ ในปี ๒๕๖๑ ข้อมูลศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง มีผู้ป่วยเบาหวาน๕๐๗ คน ควบคุมน้ำตาลได้ จำนวน ๑๐๘ คนคิดเป็นร้อยละ ๒๑.๓๐ พบปัจจัยต่างๆร่วมด้วย เช่น ไม่รับประทานยาต่อเนื่อง จำนวน๓๕ ราย ขาดนัดพบแพทย์ จำนวน ๒๒ ราย มีความเข้าใจผิดเรื่องการบริโภคอาหาร ทำให้การควบคุมโรคของผู้ป่วยเป็นไปได้ยากมากขึ้น

ดังนั้น ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง กลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลยะลา เล็งเห็นความสำคัญในการ ส่งเสริมสุขภาพกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีความสามารถในการจัดการตนเองและควบคุมระดับน้ำตาลร่วมถึงการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ จึงจัดทำโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานโดยใช้ปิงปองจรรยาชีวิต ๗ สี ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง ประจำปี ๒๕๖๒ ขึ้น

## ๑.ผลการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจงการดำเนินงานแก่ผู้ป่วยเบาหวาน และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องของศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง จำนวน ๖๐ คน

ผลการดำเนินงาน ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง ได้จัดประชุม ผู้ป่วยเบาหวานและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องของศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองเข้าร่วมโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน โดยใช้ปิงปองจรรยาจรชีวิต ๗ สี ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตงประจำปี ๒๕๖๒ รวม ๖๐ คน

กิจกรรมที่ ๒ ประชุมเชิงปฏิบัติการ ตามแผนการอบรม แก่ผู้ป่วยเบาหวาน และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องของศูนย์สุขภาพชุมชนเมือง จำนวน ๖๐ คน

## ผลการดำเนินงาน

- ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง ได้จัดกิจกรรม ครบ ๒ ครั้ง ( ๑๖ กันยายน ๒๕๖๒และ ๒๐ กันยายน ๒๕๖๒)

- โดยกลุ่มเป้าหมายได้รับการตรวจคัดกรองความดันโลหิต ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด คัดกรองโรคหัวใจและหลอดเลือด และได้รับความรู้เรื่องการประเมินตนเองตามแบบประเมินปิงปองจรรยาจรชีวิต ๗ สีโดยวิทยากรมาให้ความรู้ สามารถบันทึกผลและการเฝ้าระวังระดับน้ำตาล จากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง นำไปสู่การลดน้ำตาลสะสมในร่างกายได้อย่างต่อเนื่อง

สรุปผลการตรวจติดตามน้ำตาลปลายนิ้วของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการจำนวน ๕๐ คน พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้และมีระดับของปิงปองจรรยาจรชีวิต ๗ สีลดลงจากเดิมระดับ ๑ ดังนี้

ครั้งที่ ๑ วันที่ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๒

จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	จำนวนผู้ได้รับการเจาะ ปลาย นิ้ว	ผลการติดตามน้ำตาลปลายนิ้ว							
		ค่าน้ำตาลครั้งที่ ๒							
๕๐	๕๐	กลุ่มปกติ		กลุ่มป่วย				ค่าน้ำตาลลดลง ๑ ระดับ	
		ขาว	เขียวอ่อน	เขียว	เหลือง	ส้ม	แดง		ดำ
		-	-	๓	๑๖	๒๑	๙		๑

ครั้งที่ ๒ วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๒

จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	จำนวนผู้ได้รับการเจาะปลายนิ้ว	ผลการติดตามน้ำตาลปลายนิ้ว							
		ค่าน้ำตาลครั้งที่ ๒							
๕๐	๕๐	กลุ่มปกติ		กลุ่มป่วย				ค่าน้ำตาลลดลง ๑ ระดับ	
		ขาว	เขียวอ่อน	เขียว	เหลือง	ส้ม	แดง		ดำ
		-	-	๑๐	๑๗	๑๕	๗		๑

สรุปผลการตรวจติดตามน้ำตาลปลายนิ้วของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการจำนวน ๕๐ คน พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้และมีระดับของปิงปองจรจรชีวิต ๗ สีลดลงจากเดิม ระดับ ๑ ดังนี้

จากดำไปแดง ๐ คน

จากแดงไปส้ม ๒ คน

จากส้มไปเหลือง ๘ คน

จากเหลืองไปเขียว ๗ คน

## ๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัด	ผลลัพธ์		สรุปผล
	ก่อนอบรม	หลังอบรม	
๑. ค่าคะแนนความรู้ภายหลังการอบรมเพิ่มขึ้นจากก่อนการอบรม ร้อยละ ๘๐	เป้าหมาย ๕๐ คน มีความรู้ ๓๘ คน ร้อยละ ๗๖	เป้าหมาย ๕๐ คน มีความรู้ ๔๗ คน ร้อยละ ๙๔	ผ่านเกณฑ์
๒. ร้อยละ ๘๐ ของผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการมีระดับของปิงปองจรจรชีวิต ๗ สีลดลงจากเดิม ๑ ระดับ	เป้าหมาย ๕๐ คน ลดลงจากเดิม ๑ ระดับ .....-.....คน ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๐	เป้าหมาย ๕๐ คน ลดลงจากเดิม ๑ ระดับ .....๑๗.....คน ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๓๔	ไม่ผ่านเกณฑ์
๓. ร้อยละ ๘๐ ของผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม	เป้าหมาย ๕๐ คน มีความพึงพอใจก่อน อบรม ๕๐ คน ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๒.๕๓	เป้าหมาย ๙๐ คน มีความพึงพอใจผลหลัง อบรม ๕๐ คน ร้อยละ ๙๑.๕๕	ผ่านเกณฑ์

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติของโครงการ ...๓๒,๙๐๐ บาท  
งบประมาณที่เบิกจ่ายจริง ....๓๒,๖๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ.....๙๙.๐๘  
งบประมาณที่เหลือส่งคืนกองทุน .....๓๐๐.....บาท คิดเป็นร้อยละ.....๐.๙๒

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค(ระบุ)

แนวทางการแก้ไข

ลงชื่อ .....ผู้รายงาน

(นางอำมิตา เตชะเต )

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่-เดือน-พ.ศ. ...๙ ตุลาคม ๒๕๖๒

## ภาพกิจกรรม

โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานโดยใช้ป้องกันจรรยาชีวิต ๗ สี  
ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง ประจำปี ๒๕๖๒

สี	กลุ่มปกติ		กลุ่มป่วย ระดับ				โรคแทรกซ้อน
	ปกติ	เขียว	1	2	3	4	
ระดับความดันโลหิต	$\leq 120/80$ mmHg	120/80 – 139/89 mmHg	$< 139/89$ mmHg	140/90 – 159/99 mmHg	160/100 – 179/109 mmHg	$\geq 180/100$ mmHg	-หัวใจ / หลอดเลือด - ตมออง - ไต
ระดับน้ำตาลในเลือด	$\leq 100$ mg/dl	100 – 125 mg/dl	$< 100$ – 125 mg/dl	FBS 125 – 154mg/dl HbA1C $< 7$	FBS 155 – 182mg/dl HbA1C 7-9	$\geq$ FBS 183mg/dl HbA1C $> 8$ dl	-ตา -เท้า
ระดับไขมัน							



